

# PREVENTIVNÍ PROGRAM ŠKOLY

školní rok 2023/2024

## Obsah:

1. Základní údaje
2. Charakteristika školy
3. Analýza současného stavu
4. Dlouhodobé cíle
5. Krátkodobé cíle
6. Primární prevence
7. Plán aktivit ve školním roce
8. Spolupráce s rodiči, kolegy
9. Evaluace
10. Školní program proti šikanování

## 1. Základní údaje

Školní metodik prevence	Mgr. Renáta Valíková
Název organizace	ZŠ a MŠ Křelov - Břuchotín
Ředitelka	Mgr. Jana Foksová
Adresa školy	Lipové náměstí 29/18, Křelov – Břuchotín, 783 36
Zřizovatel	Obecní úřad Křelov – Břuchotín, Marie Majerové 45/25, 783 36, Křelov - Břuchotín

## 2. Charakteristika školy

Základní škola a Mateřská škola Křelov – Břuchotín tvoří jeden právní subjekt, jehož součástí je základní škola, mateřská škola, školní družina a školní jídelna – výdejna stravy. MŠ a ŠJ jsou umístěny v samostatné budově, přibližně 5 minut od ZŠ.

ZŠ Křelov – Břuchotín (dále jen škola) je venkovská malotřídní škola s pěti postupnými ročníky. Výuka probíhá ve spojených ročnících, ročníky jsou spojeny podle počtu žáků v daném školním roce. Školu navštěvuje přibližně 45 žáků.

Budova školy je situována ve středu obce. Ve škole je celkem 6 prostorných učeben. Dvě učebny slouží jako kmenové třídy pro výuku, třetí je po vyučování využívána pro činnost 2.oddělení ŠD. Čtvrtá učebna je vybavena počítači připojenými na internet a pátá učebna je určena pro výuku HV. Poslední učebna je k dispozici pro činnost 1.oddělení ŠD, i zde mají žáci přístup k počítači.

O přestávkách mohou žáci využívat chodby a hrací koutky ve třídách. Učitelé mají k dispozici sborovnu, kabinet TV a kabinet učebních pomůcek.

Škola nemá vlastní tělocvičnu, hodiny TV jsou zajištěny pronájmem místní sokolovny TJ-Křelov. Plavecký výcvik bude probíhat v 1. pololetí školního roku, organizačně je zajištěn Plaveckou školou v Litovli. Vedle školy je vybudováno dětské hřiště, které je využíváno v hodinách TV a ŠD.

Ve škole pracuje 10 pedagogických pracovníků – ředitelka školy, zástupkyně ŘŠ, 2 asistentky pedagoga, 3 třídní učitelky, 1 učitelka bez třídnictví a 2 vychovatelky ŠD.

Preventivní program školy je založen na zapojení celého pedagogického sboru školy a na spolupráci se zákonnými zástupci žáků školy. Zdrojem informací o případném rizikovém chování jsou pohovory s dětmi, pozorování dětí zvláště na chodbách, v šatnách, při sportovních hrách apod. Nezasupitelná je práce třídních učitelů, kteří mají možnost si všimnout dětí i mimo školní lavice např. na výletech, ve škole v přírodě, na kulturních akcích apod. Pedagogové vycházejí také ze zpráv psychologů PPP. Neocenitelná je vzájemná přátelská komunikace a informovanost mezi pedagogy.

## 3. Analýza PPS

Dařilo se nám předcházet rozvoji závažnějších projevů rizikového chování a to:

- sledováním chování žáků ve vyučovacích hodinách i o přestávkách a při dalších aktivitách
- okamžitým řešením konfliktů, neshod nebo dalšího rizikového jevu
- podrobným rozebráním situace s aktéry i s celým kolektivem
- využitím četby knih s příslušnou tematikou, následné písemné vyjádření žáků a diskuzí
- konzultacemi se všemi pedagogickými pracovníky
- instalováním nástěnky s tématy týkajícími se rizikového chování
- využitím edukačně - preventivních programů z nabídky organizace – Dobronauti
- využitím preventivních programů organizace eDuha Kyjov – Kamarádi online, You Tube a Youtubering

Je třeba:

- zaměřit se na častější pořádání společných akcí s rodiči
- rozšířit nabídku volnočasových aktivit pro děti
- nadále organizovat besedy s policií ČR a dalšími organizacemi
- vyhledávat podněty na internetu předkládat informace pomocí interaktivních tabulí

### 3. Cíle PPŠ

Hlavním cílem PPŠ naší školy je vytváření a udržení zdravého prostředí pro děti, kde budou vnímat přátelskou atmosféru.

Dalším cílem je využití malotřídního typu školy k utváření vztahů mezi dětmi různých věkových skupin. Schopnost spolupráce, ochrany menších, požádat o pomoc starší děti a tím budovat správné mezilidské vztahy.

Dlouhodobým cílem by pak měl být žák, který si osvojil elementární zásady zdravého životního stylu. K tomu musí svou činností směřovat všichni učitelé v součinnosti s rodiči.

Klademe si za cíl s dětmi co nejvíce hovořit i mimo vyučovací hodiny a vytvářet pro ně akce a programy, které budou děti vnímat jako přínos a nebudou je považovat pouze za nutné je absolvovat.

### 4. Dlouhodobé cíle PPŠ

- vytváření pozitivního sociálního klimatu školy, tj. prostředí vzájemné komunikace mezi žáky a učiteli
- nabídnutí dětem seberealizaci ve volnočasových aktivitách
- posilování komunikačních dovedností, schopností vytvářet přátelské vztahy, zlepšení sebeovládání, učení se nenásilnému zvládnutí konfliktů, zvládnutí úzkosti a stresu
- důsledné a soustavné vzdělávání žáků, učitelů, osvěta rodičů v oblasti zdravého životního stylu, etické a právní výchovy
- utváření postojů ke společnosti, zdravému životnímu stylu a speciálně ke zneužívání legálních i nelegálních drog, dovedností odmítnout drogu
- aktuální informační nástěnka týkající se prevence sociálně patologických jevů
- poskytování poradenských služeb žákům s rizikem či projevy sociálně-patologického chování, zajištění péče odpovídajícího odborného pracoviště ve spolupráci s třídními učiteli
- uplatňování přiměřené represe, důsledné dodržování platného školního řádu
- optimalizace vztahů mezi učiteli a žáky (partnerská komunikace, vzájemný respekt), mezi učiteli a vedením školy
- zajišťování odborných přednášek pedagogickým pracovníkům o šikaně, klimatu třídy a krizových situacích ve výuce

### 5. Krátkodobé cíle

- dobrá informovanost všech žáků školy v oblasti rizikového chování
- systematická výuka a výchova žáků ke zdravému životnímu stylu
- začleňování méně průbojných žáků do kolektivu, odstranění nevhodného chování mezi žáky
- zapojení celého pedagogického sboru školy do systému prevence
- aktivní spolupráce s rodiči žáků a dalšími organizacemi podporujícími prevenci
- nabídka didaktických materiálů a poradenské činnosti rodičům

## 6. Primární prevence

Preventivní působení probíhá v rámci třídnických hodin, projektových dnů, besed s žáky a komunitních kruhů.

Každoročně probíhá nabídka kroužků a volnočasových aktivit vedoucích k omezení rizikových tendencí.

V rámci výuky předmětů je prevence součástí učebních osnov a realizuje se v hodinách českého jazyka, člověk a jeho svět, tělesné výchovy, informatiky.

Po pěti letech školní docházky mají děti zvládat:

- rozdíl v komunikaci mezi svými vrstevníky a dospělými
- mít základní sociální dovednosti
- umět se chránit před cizími lidmi
- mít základní zdravotní návyky
- být schopen si správně zorganizovat svůj volný čas
- rozlišit léky a návykové látky
- znát přesné informace o alkoholu, tabáku a dalších návykových látkách
- chovat se asertivně, umět odmítnout
- rozlišovat mezi žalováním a vyhledáním pomoci u učitele při projevech šikany
- definovat rodinu jako zázemí a útočiště

## 7. Aktivity podporující primární prevenci

- výchova k odpovědnosti za zdraví své i ostatních
- vytváření eticky hodnotných postojů a způsobů chování
- akce zaměřené na zvýšení právního vědomí – spolupráce s Policií ČR, HZS
- dovednost volby správné životosprávy
- akce zaměřené na práci s národnostními menšinami směřující k potlačení rasismu a xenofobie
- zvyšování příznivého klimatu ve třídních kolektivech formou organizování výletů a mimoškolních akcí, dodržováním tradic školy
- nabídka volnočasových aktivit, práce ve školní družině

### Jednorázové aktivity, tradice naší školy

- den otevřených dveří
- slavnostní zápis dětí do prvních tříd
- Mikulášská nadílka pro žáky školy
- Den dětí
- sportovní den
- vánoční a velikonoční tvoření
- projekty k významným dnům
- výukové programy
- preventivní programy
- školní výlety
- zapojování se do charitativních, dobrovolnických projektů

Neméně důležitým prvkem je školní prostředí, ve kterém žáci tráví hodně času. Škola je průběžně modernizovaná, vybavovaná, aby se v ní žáci cítili co nejlépe. Žáci se podílejí na tvorbě prostředí, na jeho výzdobě, udržování pořádku. Jsou vedeni ke spoluzodpovědnosti, dostávají prostor k vlastní realizaci svých nápadů při výzdobě školy, třídy. Žáci si sami stanovili pravidla chování mezi sebou a pokusí se je dodržovat.

## Přehled legislativy

### STRATEGIE

- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019 – 2027 a Akční plán realizace Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019 – 2021
- Národní strategie prevence a snižování škod spojených se závislostním chováním 2019 –2027
- Strategie prevence kriminality v ČR na léta 2016 – 2021
- Krajský plán primární prevence rizikového chování v Olomouckém kraji na léta 2019 – 2022
- Strategický protidrogový plán Olomouckého kraje na období 2019 -22

### ZÁKONY

- Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (Školský zákon), ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 284/2020 Sb., kterým se mění zákon č. 561/2004 Sb., školský zákon, nabývá účinnosti dnem 1. října 2020, s výjimkou ustanovení části první čl. I bodů 6, 81 a 83, které nabývají účinnosti patnáctým dnem po dni jeho vyhlášení. Ustanovení části první čl. I bodu 12 pozbývá platnosti dnem 30. září 2025.
- Zákon č. 562/2004 Sb., kterým se mění některé zákony v souvislosti s přijetím školského zákona
- Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů
- Zákon č. 186/2016 Sb., o hazardních hrách
- Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně některých dalších zákonů

Zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek – „Tabákový Zákon“

- Zákon č. 422/2003 Sb. o sociální potřebnosti – ohlašovací povinnost školy při neomluvených hodinách (novela zákona č. 482/1991 Sb.)
- Zákon č. 359/1999 Sb. o sociálně-právní ochraně dětí (více o ohlašovací povinnosti školy)
- Zákon č. 218/2003 Sb. o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže

### VYHLÁŠKY

- Vyhláška č. 197/2016 Sb., kterou se mění Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních
- Vyhláška č. 248/2019 Sb., kterou se mění vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, ve znění pozdějších předpisů

- Vyhláška č. 412/2006 Sb., kterou se mění vyhláška č. 317/2005 Sb., o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků, akreditačních komisí a kariérním systému pedagogických pracovníků

## METODICKÉ POKYNY A DOPORUČENÍ

- Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č.j.: MŠMT-21149/2016)
- Metodické doporučení k prevenci rizikového chování dětí, žáků a studentů ve školách a ve školských zařízeních (č.j.: MŠMT 21291/2010-28) + přílohy pro jednotlivé typy rizikového chování:
  1. návykové látky
  2. rizikové chování v dopravě
  3. poruchy příjmu potravy
  4. alkohol
  5. syndrom CAN
  6. školní šikanování
  7. kyberšikana
  8. homofonie
  9. extremismus, rasismus, xenofobie, antisemitismus
  10. vandalismus
  11. záškoláctví
  12. krádeže
  13. tabák
  14. krizové situace spojené s násilím
  15. netolismus
  16. sebepoškozování
  17. nová náboženská hnutí
  18. rizikové sexuální chování
  19. příslušnost k subkulturám
  20. domácí násilí
  21. hazardní hraní
  22. dodržování pravidel prevence vzniku problémových situací týkajících se žáků s PAS
- Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance (č.j.: 14423/99-22)

## Materiály a literatura k prevenci na škole

### Kontakty na odborná zařízení

*Síť kontaktů pro PPRCH – ORP Olomouc, Litovel, Šternberk, Uničov*  
MŠMT ČR, Primární prevence

*Oddělení základního vzdělávání, pracoviště MŠMT, Karmelitská 5, 118 12 Praha 1 - Malá Strana*

*Mgr. Svatopluk Pohořelý (vedoucí oddělení základního vzdělávání) svatopluk.poho-rely@msmt.cz; tel.: 234 812 132, Mgr. Jana Havlíková (PPRCH u dětí a mládeže, dotační program v oblasti primární prevence) jana.havlikova@msmt.cz; tel.: 234 812 193, Ing. Vladimíra Mikešová (PPRCH u dětí a mládeže, dotační program v oblasti primární prevence) vladimira.mikesova@msmt.cz; tel.: 234 812 104*

Krajský školský koordinátor prevence OK

Odbor školství a mládeže, oddělení vzdělávacích programů a dotací, Jeremenkova 40b, RCO, 779 00 Olomouc

PhDr. Ladislav Spurný (primární prevence ve školství) l.spurny@olkraj.cz; tel.: 585 508 545

Oblastní metodička prevence rizikového chování PPP a SPC OK

U Sportovní haly 1a, 772 00 Olomouc

Mgr. Kateřina Motlová motlova@ppp-olomouc.cz; tel.: 582 800 068,

PhDr. Věra Neusar neusar@ppp-olomouc.cz; tel.: 582 800 066

-----  
-----

Statutární město Olomouc- odbor sociálních věcí

Šturmová 1, 779 00 Olomouc

Odbor sociálních věcí – oddělení sociální prevence, Mgr. Jiří Křivánek (vedoucí oddělení) jiri.krivaneck@olomouc.eu; tel.: 585 562 124, 605 227 484

Odbor sociálních věcí – oddělení péče o rodinu, Mgr. et Mgr. Andrea Kafková (vedoucí oddělení) andrea.kafkova@olomouc.eu; tel.: 585 562 219, 724 248 79

Město Uničov- odbor sociálních věcí a zdravotnictví

Masarykovo nám. 22, 783 91 Uničov

Ing. Lucie Klusová Mohaplová (sociálně právní ochrana dětí) lmohaplova@unicov.cz; tel.: 585 088 310, Mgr. Kateřina Pisková (sociálně právní ochrana dětí) kpiskova@unicov.cz; tel.: 585 088 311

Město Šternberk- odbor sociálních věcí

Opavská 1, 785 01 Šternberk

Mgr. Markéta Zatloukal Vavroušková (vedoucí oddělení sociálně-právní ochrany dětí) vavrouskova@sternberk.cz; tel.: 585 086 526

Město Litovel- odbor sociální a správní

Nám. Přemysla Otakara 777, 784 01 Litovel

Mgr. Pavel Procházka (vedoucí sociálního a správního odboru) Prochazka@mestolitovel.cz; tel.: 585 153 231, Mgr. Kateřina Vystavělová (kurátor pro děti a mládež) kurator@mestolitovel.cz; tel.: 585 153 234, 606 042 608

-----  
-----

Policie ČR - Územní odbor Olomouc - Oddělení tisku a prevence:

Žižkovo nám. 4, 779 00 Olomouc

por. Bc. Petra Vaňharová petra.vanharova@pcr.cz; tel.: 974 766 207, 725 277 979

Městská policie Olomouc

Vladimíra Marková (strážník pověřený řízením preventivní informační skupiny) prijem.podani@mp-olomouc.cz; tel.: 585 209 504

Městská nebo obecní policie Šternberk, Uničov, Litovel, Štěpánov, Hlubočky, Bohuňovice, Moravský Beroun, Dub nad Moravou, kontakty zde: <https://www.kr-olomoucky.cz/mestska-a-obecni-police-cl-597.html>

---

Probační a mediační služba Olomouc

Mozartova 110/4, 779 00 Olomouc

Mgr. Taťána Mrázková (vedoucí střediska) tmrazkova@pms.justice.cz; tel.: 773 783 681

---

Kliničtí psychologové pro děti a mládež

PhDr. Mgr. Martin Slabý, Ph.D. slaby@centrum.cz; tel.: 608 955 943

PhDr. Jiří Smejkal smejkal-kp@seznam.cz; tel.: 585 438 107, 607 087 274

PhDr. Anita Petru anitapetru@seznam.cz; tel.: 585 222 068

Mgr. Monika Halířová halirovamonika@seznam.cz; tel.: 739 995 385

Psychologická ordinace Dakord

Horní lán 10a, 779 00 Olomouc www.dakord.cz; tel.: 737 210 714; 604 176 521

Psychologická ambulance HELP

Vídeňská 10, 779 00 Olomouc www.psychologiehelp.cz

FN Olomouc – oddělení klinické psychologie

psychologie@fnol.cz; tel.: 588 444 447

PhDr. Naděžda Dařílková tel.: 588 444 447, Mgr. Jana Kolářová tel.: 588 442 396, Mgr. Ven-

dula Vojáková tel.: 588 444 627, Mgr. Karolína Hniličková tel.: 588 442 397

Pedopsychoiatri

FN Olomouc – Klinika psychiatrie psychiatrie@fnol.cz; tel.: 588 443 519 MUDr. Martina Hunková

Wellnerova 1215/3, 779 00 Olomouc mar.brych@centrum.cz; tel.: 777 488 603 MUDr. Jana Lindnerová

Žilinská 26a, 779 00 Olomouc lindnerovajana@seznam.cz; tel.: 585 412 645 MUDr. Libuše Stárková

Vídeňská 10, 779 00 Olomouc l.starkova@seznam.cz; tel.: 585 229 036 MUDr. Helena Urbánková

Horní lán 10A, 779 00 Olomouc urban.hel@seznam.cz; tel.: 585 221 337

Psychiatrická léčebna Šternberk – pedopsychoiatrie

Olomoucká 1848/173, 785 01 Šternberk, MUDr. Eva Rozsivalová (primářka) rozsivalova@plstbk.cz; tel.: 727 919 478, MUDr. Dana Kylarová, Ph.D. kylarova@plstbk.cz; tel.: 727 919 474

---

Středisko sociální prevence Olomouc

Na Vozovce 26, 779 00 Olomouc www.ssp-ol.cz; ssp@ssp-ol.cz; tel.: 585 427 141

Intervenční centrum

Mgr. Petra Klementová (vedoucí a sociální pracovnice) intervencnicentrum@ssp-ol.cz; tel.: 588 507 513; 774 406 453

Středisko výchovné péče Tršice



*Tršice 225, 783 57 Tršice*

*Mgr. Soňa Coufalová (vedoucí zařízení) vedouci@syp-trsice.cz; tel.: 773 482 895, 571 641 600 www.syp-trsice.cz; tel.: 571 641 700*

*Dětský diagnostický ústav a středisko výchovné péče Olomouc – Svatý Kopeček*

*Ústavní 9, 772 00 Olomouc – Svatý Kopeček PhDr. Zdeněk Pochyla (ředitel zařízení) reditel@dduolomouc.cz www.dduolomouc.cz; tel.: 585 385 106; 775 232 107*

*Poradna pro ženy a dívky*

*Wurmova 577/7, 779 00 Olomouc olomouc@poradnaprozeny.eu; tel.: 603 460 621, 731 749 783*

*P-Centrum*

*Lafayetteova 47/9, 779 00, Olomouc www.p-centrum.cz*

*RC U Mloka:* rcumloka@p-centrum.cz; tel.: 739 201 206

*Centrum primární prevence:* prevence@p-centrum.cz; tel.: 585 221 983, 739 068 417

*Mgr. Aneta Viktorová (vedoucí centra) aneta.viktorova@p-centrum.cz; tel.: 585 221 983, 739 068 417*

*Sdružení D*

*17. listopadu 1126/43, 779 00, Olomouc www.sdruzenid.cz; info@sdruzenid.cz; programy@sdruzenid.cz; tel.: 733 104 076*

*Mgr. et MgA. Magdaléna Strejčková (vedoucí Dramacentra - preventivních programů) strejckova@sdruzenid.cz; tel.: 724 738 031*

*E-Bezpečí – Online poradna pro oblast rizikového chování na internetu*

*PdF Žižkovo nám. 5, 77140 Olomouc www.e-bezpeci.cz; info@e-bezpeci.cz*

*Mgr. Klára Hrubá (vzdělávání) vzdelavani@e-bezpeci.cz; tel.: 776 322 357*

*ŠPAS (Škola porozumění a sdílení) spolek.spas@gmail.com; tel.: 603 170 907*

*Bílý kruh bezpečí:* 116 006 Palachovo nám. 1, 779 00 Olomouc www.bkb.cz

*Mgr. Petra Klevetová (vedoucí) bkb.olomouc@bkb.cz; tel.: 732 700 533*

*Charita Olomouc:* Wurmova 588/5, 779 00 Olomouc

*Nizkoprahové zařízení pro děti a mládež, SAS*

*Bc. Petra Pavlíčková, Dis. (vedoucí střediska pro rodiny s dětmi) petra.pavlickova@olomouc.charita.cz; tel.: 731 626 178*

*Společnost Podané ruce o.p.s.*

*Sokolská 551/48, 779 00 Olomouc www.podaneruce.cz; infolinka@podaneruce.cz*

*Terénní programy pro děti a mládež v Olomouci:*

*Bc. Andrea Petrášová (vedoucí služby) petrasova@podaneruce.cz; tel.: 775 868 569*

*Nizkoprahové zařízení pro děti a mládež v Olomouci:* nzdm.ol@podaneruce.cz; tel.: 775 868 569

*Linka pro rodinu a školu/ zdarma a nonstop 116000@cestazkrize.net; tel.: 116 000 http://linkaztracenedite.cz/ - anonymní chat každý den 15:00 – 18:00*

*Mgr. Lucie Hermánková (vedoucí Linky pro rodinu a školu 116 000) lucie.hermankova@cestazkrize.net; tel.: 608 216 723, Mgr. Jarmila Kubáňková (metodička Linky pro rodinu a školu 116 000) jarmila.kubankova@cestazkrize.net*

*Linka bezpečí – zdarma, nonstop www.linkabezpeci.cz; tel.: 116 111*

Krajská hygienická stanice OK se sídlem v Olomouci: \_\_\_\_\_ Wolke-  
rova 6, 779 11 Olomouc [www.khsolc.cz](http://www.khsolc.cz); [podatelna@khsolc.cz](mailto:podatelna@khsolc.cz); tel.: 585 719 111 \_Mgr. Dana  
Strnisková, Ph. D. [dana.strniskova@khsolc.cz](mailto:dana.strniskova@khsolc.cz); tel.: 585 719 258, 725 986 150

Preventivní program školy je součástí výchovy a vzdělávání žáků po celou dobu povinné školní docházky. Účastní se ho učitelé, žáci, rodiče, odborníci. Jeho efektivitu je možno zjistit mnohdy, až žáci opustí školu a dokáží, že se umí uplatnit v konkurenční společnosti svých vrstevníků bez různých „berliček“. Je velice těžké měřit efekt našeho preventivního působení bez pozdějších informací o žácích. Každý žák má jiné životní zkušenosti a působí a platí na něho něco jiného. Program je sestaven a realizován tak, aby respektoval i tato fakta. Naší snahou a přáním je co nejvíce žáků vybavit schopností, vůlí a rozumovými předpoklady ubránit se bezohledným negativním psychologickým vlivům a nátlakům nejrozumnějších part, sekt i jednotlivců, všem návykovým látkám a rizikovému chování v celé šíři.

Zpracovala: Mgr. Renáta Valíková